

Этот настольный помощник предназначен для того, чтобы помочь врачам, работающим в учреждениях первичного звена здравоохранения, оказывать персонализированную помощь взрослым пациентам с астмой. В нем содержатся практические рекомендации по вопросам, которые следует задавать, советы и действия, которые следует предпринять при консультациях с пациентами. Основное внимание уделяется диагностике, планированию лечения и обзору лечения как к ключевым этапам терапии астмы. Он был разработан при участии пациентов, исследователей и врачей.

Что такое индивидуальный подход?

Индивидуальный уход помогает пациентам развивать знания, навыки и уверенность в себе, необходимые им для более эффективного контроля и принятия обоснованных решений в отношении собственного здоровья и медицинской помощи¹. Он определяет, что является наиболее важным для каждого человека, и гарантирует, что уход, который он получает, разработан с учетом его индивидуальных потребностей. Иногда это называют уходом, ориентированным на человека, или персонализацией. В последнее время наблюдается растущий интерес к роли точной медицины и индивидуального назначения на основе фенотипов астмы. Хотя это аспекты индивидуального ухода, он также включает в себя совместное принятие решений, планирование индивидуального ухода и поддержку самоконтроля.

Почему индивидуальный подход важен для пациентов с астмой?

Фактические данные показывают, что способность пациентов самостоятельно справляться со своей астмой оказывает большое влияние на результаты, включая контроль над астмой, обострения, госпитализацию и качество жизни. Своим взглядам и предпочтениям, понимая свои личные обстоятельства и приоритеты и принимая во внимание их при назначении лекарств и предоставлении информации. Если помощь персонализирована, а решения принимаются совместно, пациенты с большей вероятностью признают необходимость лекарств, меньше беспокоятся о побочных эффектах, понимают свои триггеры и чувствуют, что способны контролировать свою собственную астму. Это улучшает результаты лечения пациентов и эффективное использование ресурсов здравоохранения.

Предоставление индивидуального ухода взрослым с астмой во время:

Диагностики:

То, как ставится диагноз и сообщается, очень важно, так как это влияет на то, как пациенты относятся к астме. Это, в свою очередь, повлияет на их способность к самоконтролю. Например, если пациент не принимает диагноз, он, скорее всего, не будет придерживаться лечения. Диагностика для многих пациентов представляет собой процесс, который происходит в течение нескольких посещений, а не разовое мероприятие, поэтому он требует постоянного диалога между врачом и пациентом.

СПРОСИТЕ

- Что привело вас сюда?
- Как вы думаете, что это может быть?
- Что вы знаете об астме?
- Как вы относитесь к тому, что у вас диагностирована астма?

ПОСОВЕТУЙТЕ

- С астмой можно справиться при правильном лечении, и она не должна ограничивать вашу жизнь и то, что вы любите делать. На самом деле многие известные спортсмены и общественные деятели страдают астмой.
- Самоконтроль у пациентов имеет решающее значение. Это означает понимание астмы и того, что ее вызывает, повышение осведомленности о вашем контроле над астмой и правильный прием лекарств.
- Есть преимущества точного диагноза, в том числе более эффективное лечение, лучшее самочувствие, меньше ограничений в деятельности и отсутствие назначения неправильного лечения, такого как антибиотики при респираторной инфекции.

ДЕЙСТВУЙТЕ

- Используйте объективно контролируемый тест лечения (ингаляционные кортикостероиды, а не бета-агонисты короткого действия) как способ помочь пациентам участвовать в принятии решения о своем собственном диагнозе.
- Покажите, что такое астма, используя такие реквизиты, как модели, картинки, метафоры и видео.
- Предоставьте интернет-ссылки на надежные источники информации, такие как веб-сайты ассоциаций пациентов.
- Будьте сострадательны и используйте фразы, указывающие на сочувствие и заботу о пациенте, так как это может помочь развить доверие.

Что происходит на самом деле?

Я отчетливо слышу хрипы. Их контроль астмы плохой. Как я могу заставить их понять, что им действительно нужно принимать лекарства в соответствии с предписаниями?

У меня не может быть настоящей астмы - у меня почти никогда не бывает симптомов. Я не скажу этого, потому что он может обидеться, если я скажу ему, что он ошибается. Я соглашусь с тем, что он предлагает, а затем использую облегающий ингалятор, когда буду знать, что это мне нужно.

Как вы сегодня?

Я в порядке, спасибо доктор



Планирование лечения

Лечение необходимо планировать вместе с пациентом и учитывать его приоритеты и предпочтения. Это означает, что пациент с большей вероятностью будет придерживаться лечения, так как он будет уверен, что оно необходимо, что оно будет эффективным, и, насколько это возможно, учитывает его предпочтения.

СПРОСИТЕ

- Как ваша астма влияет на вашу повседневную жизнь сейчас и как бы вы хотели это изменить?
- Где бы вы хотели быть с точки зрения вашей астмы через 6 месяцев?
- Каким видом деятельности вы хотели бы заниматься?
- Что, по вашему мнению, будет важно для вас в ингаляторе (например, насколько он портативный)?
- Какие факторы могут помешать использованию ваших лекарств (например, если вы должны платить за лекарства по рецепту, беспокоит ли вас их стоимость)?
- Употребляли ли вы табак в течение последних 12 месяцев, в том числе время от времени?

СОВЕТУЙТЕ

- Объясните, что существуют различные типы ингаляторов, и посоветуйте, какие из них подходят.
- Объясните, для чего нужны спейсеры, обсудите, хотят ли они их или нуждаются в них, и назначьте, если это уместно, после обсуждения.
- Подготовьте пациента к тому, что техника ингаляции будет пересмотрена как само собой разумеющееся, сказав: «Мы все со временем отклоняемся от наших техник, поэтому мы будем время от времени проверять вас»..
- Приведите примеры потенциальных триггеров, например, аллергии, физические упражнения, факторы окружающей среды.

ДЕЙСТВУЙТЕ

- Покажите пациенту ингаляторы для образцов.
- Продемонстрируйте технику ингаляции с использованием реквизита, предложите листовки и видео, чтобы помочь технике, например, www.rightbreathe.com.
- Вместе с пациентом определите потенциальные триггеры и вместе спланируйте, как с ними справиться.
- Адаптируйте план лечения с учетом личных обстоятельств пациента, его способности и желания избегать триггеров астмы.
- Разработайте вместе с пациентом письменный план действий при астме, в котором четко объясняется, как распознать, что что-то идет не так, что делать, когда и как обращаться за помощью.³
- Помогите курильщикам бросить курить. Обратитесь к настольному помощнику IPCRG, чтобы помочь пациентам бросить курить: краткие вмешательства для медицинских работников.⁴
- В конце сеанса попросите пациента резюмировать то, о чем вы договорились, и убедитесь, что он понимает и поддерживает это.

Пересмотр лечения

Пересмотры лечения — важная возможность отслеживать, насколько эффективно пациенты справляются со своими симптомами. Очень важно, чтобы пациенты имели возможность высказать свою точку зрения и описать, как они используют лекарства в своей повседневной жизни. Это означает, что важно, чтобы они не чувствовали себя так будто вы их осуждаете.

СПРОСИТЕ

- Как вы относитесь к своей астме в настоящее время?
- Достигли ли вы своих целей?
- Приходилось ли вам корректировать свой план лечения?
- Используйте ли вы какие-либо альтернативные методы лечения?

СОВЕТУЙТЕ

- Создайте условия, чтобы пациент мог рассказать, если он не принимает лекарства по назначению, например, объясните: "Многие пациенты по разным причинам не принимают лекарства, как указано в их плане лечения. Вы изменили свой план лечения?".
- Предоставляйте пациенту конструктивную обратную связь с позиции наставника, поддерживающего его в достижении целей, а не осуждающего его..

ДЕЙСТВУЙТЕ

- Согласуйте с пациентом частоту и формат пересмотров лечения.
- Попросите пациента принести на осмотр свой собственный ингалятор и проверить с его помощью технику ингаляции.
- Используйте общепризнанные анкеты пациентов для оценки их симптомов, например, CARAT⁵, ACT^{™ 6}, ACQ⁷.
- Мониторинг эффективности лечения, включая клинические результаты, значимые для пациента результаты и экономический эффект.
- Используйте чек-листы для пересмотра астмы, чтобы стимулировать обсуждение и фиксировать совместные решения, но старайтесь, чтобы это не было похоже на выполнение тестирования.
- Если у пациента наблюдаются ежедневные симптомы и регулярные обострения, несмотря на то, что он, очевидно, использует наилучшее лечение, обратитесь к настольному справочнику IPCRG по улучшению ухода при трудно поддающейся лечению астме.⁸

Ссылки:

- 1 The Health Foundation. Person-centred Care Made Simple. 2014.
- 2 Pinnock H. Supported self-management for asthma. *Breathe*. 2015;11(2):98-109. doi:10.1183/20734735.015614
- 3 Пример доступен на www.asthma.org.uk/advice/manage-your-asthma/action-plan/
- 4 Доступно на: www.ipcr.org/desktophelpers
- 5 Доступно на: www.caratnetwork.org/
- 6 Доступно на: www.asthmacontroltest.com
- 7 Доступно на: www.qoltech.co.uk/acq.html
- 8 Доступно на www.theipcr.org/display/TreatP/Home+-+Difficult+to+manage+asthma

Выслушивание и реагирование на мнения и предпочтения пациентов



Этот настольный помощник призван быть практичным: он основан на собственном опыте сети IPCRG по внедрению лучших практик. Он был создан на основе фактических данных, руководств и опыта, которыми поделились на собрании по уходу, основанном на опыте, в октябре 2017 года. Этот настольный помощник носит консультативный характер; он предназначен для общего использования и не должен рассматриваться как применимый к конкретному случаю. Документ с изложением позиции IPCRG «Доводы в пользу индивидуального ухода за взрослыми с астмой» также доступен на сайте www.ipcr.org/personalisation. Авторы: Siân Williams и Liza Cragg от имени международной группы экспертов, список которых указан на сайте www.ipcr.org/personalisation.

Рецензенты: Professor Amanda Barnard, Professor Niels Chavannes

Редактор: Professor Hilary Pinnock

GlaxoSmithKline профинансировала встречу, написание и производство на основе опыта. Они не принимали участия в разработке этого документа.

Смотрите www.ipcr.org/disclaimer



Creative Commons Licence Attribution-NonCommercial-ShareAlike

The IPCRG is a registered charity (SC No 035056) and company limited by guarantee (Company No 256268). PO Box 11961, Westhill, AB32 9AE, UK